

むつみだより

令和4年7月号 No.274
母子生活支援施設
仙台むつみ荘



むつみファーム



みんなで植えた野菜がすくすく育っています。水やりを手伝ってくれる子ども達は、「緑の小さいトマトがなってる!」「ひまわりがちょっと大きくなった!」と変化に気付きながら、成長を心待ちにしている様子です。

子どもたちが待ち望んでいたいちごも大きく真っ赤になり、順番に食べていく予定です。

これからナスやキュウリなど、どんどん収穫できると思いますので、楽しみにしててくださいね。

7月の予定

○母親企画

○流しそうめん

○小中学校
夏休み開始

・実習生が入ります。
19日(火)~30日(土)2名
よろしくお祈りします。



岩手サファリパークへ

親子日帰り旅行で岩手サファリパークへ行ってきました! 行きのバスの中では、イントロクイズや動物鳴き声クイズで大盛り上がり!! 到着して早速サファリバスに乗り、餌を持って窓から手を伸ばすと、ロバやキリン、シマウマなどの動物が目の前までやってきて、餌をむしゃむしゃ食べている姿に「可愛い! すごい!」と目を輝かせている子や、「怖い~」と泣き叫ぶ子も。トラやライオンのエリアではバスの窓を閉めて様子を窺うと、暑かったので木陰に座っていたものの、その迫力にお母さん方からは「カッコいい~!」と歓声が上がっていました。

サファリバス以外にも動物と触れ合うコーナーがあり、サルを肩に乗せたり、ウサギに餌をあげたり、ゾウの背中に乗ったり... 貴重な体験にみんな大興奮!

帰りのバスでは、トトロを見ながらゆったり帰って来ました。

たっぷり眠って 夏の疲れを吹き飛ばせ!

暑さで体力を消耗した体は、しっかり休めないで体調を崩してしまいます。夏は楽しいイベントも多いので、たっぷり睡眠をとって元気に過ごしましょう!

快眠のためのヒント

●早寝早起きで生活リズムを整える

●お風呂に入ってさっぱりする

●汗を吸いやすいパジャマを着る



●クーラーや扇風機を使って部屋を涼しく
●おなかを冷やさない



自転車流行ってます



今、小学生の間では自転車が大ブーム!! 時折見せる晴れ間に大喜びで、学校から帰宅してすぐに「今日自転車できる?」と確認するほどやる気満々です。園庭をグルグル走ったり、コースを決めて友達と競争したりと元気いっぱい外遊びを楽しむ子ども達。最初は自転車に乗れなかった子も、一緒に練習してみようと声をかけると、「怖いけど、補助輪なしでやってみようかな」と勇気を振り絞り、挑戦するとあっという間に乗れるようになっているので驚きです。

水分補給をして体調に気をつけつつ、子ども達は汗をいっぱいかきながら夢中になって遊んでいます。